



Veranstalter



SPORTIMDORF

GEMEINDE BUCHEGG

Kultur- und Sportkommission der Gemeinde Buchegg

Kontakt

Barbara Baumann
Blumenweg 2
4583 Aetigkofen
Tel. 032 679 00 59
babs-baumann@bluewin.ch

Wichtige Infos

- Parkplätze sind sehr beschränkt verfügbar. Bitte sammeln Sie bereits auf dem Weg nach Aetigkofen Bewegungsminuten und bewältigen Sie den Weg zu Fuss, mit dem Fahrrad, Trotinett, Inline-Skates, etc.
- Bitte melden Sie sich bei der Zeiterfassung vor Ort, bevor Sie eine Aktivität starten. Wäre schade, wenn wir nicht alle Bewegungsminuten erfasst hätten.
- Die Primarschule und Kindergärten in Lüterkofen werden während den Turnstunden ihr spezielles Programm absolvieren und so ihren Beitrag leisten. Vielen Dank für die Unterstützung.

Unser Wetteinsatz

Es geht um viel, wenn nicht zu sagen um alles... RUHM und EHRE! Wollen wir sehen, wer das fittere Geschlecht in unserer Gemeinde ist.

Darum geht es

Das «Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt» ist ein nationales Projekt für mehr Bewegung und gesunde Ernährung in den Gemeinden. Vom 5. bis 13. Mai 2017 organisieren Gemeinden Sport- und Bewegungsanlässe für die Bevölkerung. Ziel ist es, möglichst viele Bewegungsminuten für die Gemeinde zu sammeln.

Gewinnchance!

Das «Coop Gemeinde Duell von schweiz.bewegt» macht Sie zum Sieger! Unter allen Teilnehmenden werden **attraktive Preise** verlost. Registrieren Sie sich jetzt unter www.coopgemeindeduell.ch/wettbewerb

coop

Gemeinde Duell
schweiz.bewegt



AUF ZUM DUELL

**Buchegger Frauen gegen
Buchegger Männer**

**Freitag, 5. Mai bis
Sonntag, 7. Mai 2017**

www.coopgemeindeduell.ch
Ein Projekt von: www.schweizbewegt.ch

SWISSLOS

HOLZBAU
MOOSMANN

coop

suvaliv

SwissLife

D
DOSENBACH
SPORT

GRUSSWORT

Wir sind wieder dabei! Vom Freitag, 5. Mai bis Sonntag, 7. Mai 2017 gibt es in und um die Mehrzweckhalle in Aetigkofen ein grosses Bewegungs- und Begegnungsfest.

Ein abwechslungsreiches Programm bietet für alle die Gelegenheit fleissig Bewegungsminuten zu sammeln. Das detaillierte Programm entnehmen Sie bitte aus diesem Flyer oder jederzeit auch auf der Homepage www.coopgemeindeduell.ch.



Nebst der Bewegung sollte auch die Begegnung nicht zu kurz kommen. Im vierten Jahr nach der Fusion sind wir immer noch am "zämä rütsche". Die Festwirtschaft ist dazu der geeignete Ort. Am Freitag werden wir von den Dorffroue Aetgikofen verwöhnt, am Samstag ab 14.00 Uhr gibt es Spaghetti vom Restaurant Bären in Aetigkofen und am Sonntag kommen die Risottorührer und wir können das bekannteste Risotto aus der Umgebung geniessen.



Am Sonntag, 7. Mai 2017, will die Organisation schweiz.bewegt einen Schweizer Bewegungsrekord aufstellen mit der grössten Turnstunde der Schweiz. Wir wollen ein Teil davon sein und werden dabei von einem SuvaLiv-Fitness-Instruktor unterstützt. Von 15.00 bis 16.00 Uhr gibt es eine Trainingsstunde mit Warm-Up, Kraft- und Stabilitätsübungen sowie ein wohlthuendes Regenerationstraining mit der Minirolle der Suva.

Machen Sie mit und helfen Sie den Rekord zu erreichen! Übrigens, die Gemeinde, die am meisten Teilnehmer hat, wird finanziell belohnt.

Wir freuen uns auf ein bewegtes Wochenende mit vielen spannenden Begegnungen!

PROGRAMM

FREITAG, 5. Mai 2017

17.00 – 18.00 Unihockey für Kids (5-9 jährig)
SV Wiler Ersigen

18.00 – 19.00 Unihockey für Jugendliche (10-15 j.)
SV Wiler Ersigen

19.30 – 21.00 Volleyball (ab 14 Jahren)
VBC Bucheggberg

20.00 – 22.00 Tänze aus aller Welt in der Turnhalle
Blumenhaus Buchegg
Trachtgruppe Buechibärg

21.30 Mondscheinwanderung bei guter Witterung
Kultur- und Sportkommission

SAMSTAG, 6. Mai 2017

08.30 – 09.30 SwissJump® Move
Tünde Bäràny

09.30 – 10.30 SwissJump® Power
Tünde Bäràny

10.45 – 11.45 Pilates&Slings, myofasziales Training
mit Annette Baroffio



PROGRAMM

SAMSTAG, 6. Mai 2017

14.00 – 17.00 Spiel und Spass für Kinder mit Hüpfburg. Elternverein Bucheggberg

14.00 – 20.00 Schottische Highland-Games
Braveheart-Clan Aarberg

20.00 – 21.30 Line Dance Workshop

SONNTAG, 7. Mai 2017

09.00 – 10.15 Hatha Yoga
Monika Mühlethaler

10.30 – 11.30 Tai-Chi mit Simone Leippert

10.30 Maibummel mit dem Jodlerklub Echo vom Buechibärg. Treffpunkt: Dorfbrunnen Küttigkofen, gemütliche Wanderung durchs Mühlitäl nach Aetigkofen. Um 11.00 kann man in Brügglen, unterhalb des Armbrustschützenhauses dazustossen.

11.00 – 15.00 OL für ALLE
Bucheggerer Orientierungsläufer

15.00 – 16.00 Grösste Turnstunde der Schweiz, Registration: www.rekordcoopgemeindeduell.ch
Bitte 30 Minuten vor Beginn bei Zeiterfassung melden.

DONNERSTAG, 11. Mai 2017

Seniorenwandergruppe "Schlössli"
Details gemäss Inserat im Azeiger vom 4. Mai

www.coopgemeindeduell.ch
www.schweizbewegt.ch